

## ¿Qué es la enfermedad celíaca?

Con la vuelta al cole y a la rutina, vamos a recordar qué es la celiaquía. Nunca está de más conocer esta enfermedad cada vez más frecuente y conocida en la población.

La enfermedad celíaca es una enfermedad sistémica inmunomediada, provocada por el gluten y prolaminas relacionadas, en individuos genéticamente susceptibles, y se caracteriza por la presencia de una combinación variable de: manifestaciones clínicas dependientes del gluten, anticuerpos específicos de EC, haplotipos HLA DQ2 o DQ8 y enteropatía. La prevalencia estimada en los europeos y sus descendientes es del 1%, siendo más frecuente en las mujeres con una proporción 2:1.

Un porcentaje importante de pacientes (75%) está sin diagnosticar debido en su mayor parte, a que la enfermedad, durante años se ha relacionado exclusivamente, con su forma clásica de presentación clínica. Sin embargo, el reconocimiento de otras formas atípicas de manifestarse, oligo y asintomáticas, combinados con la mayor y mejor utilización de las pruebas complementarias disponibles, ha permitido poner de mani-



fiesto la existencia de diferentes tipos de EC:

- **Sintomática.** Los síntomas son muy diversos pero todos los pacientes mostrarán una serología, histología y test genéticos compatibles con la celiaquía.

- **Subclínica.** En este caso no hay síntomas ni signos, aunque sí serán positivas el resto de las pruebas diagnósticas.

- **Latente.** Son pacientes que en un momento determinado, consumiendo gluten, no tienen síntomas y la mucosa intestinal es normal.

- **Potencial.** Estas personas nunca han presentado una biopsia compatible con la EC pero, del mismo modo que los grupos anteriores, poseen una predisposición genética determinada por la positividad del HLA-DQ2/DQ8. Aunque la serología puede ser negativa,

presentan un aumento en el número de linfocitos intraepiteliales. La probabilidad media de desarrollar una EC activa es del 13% y una EC latente del 50%

### Sintomatología de la Enfermedad Celíaca

Los síntomas más frecuentes son: pérdida de peso, pérdida de apetito, fatiga, náuseas, vómitos, diarrea, distensión abdominal, pérdida de masa muscular, retraso del crecimiento, alteraciones del carácter (irritabilidad, apatía, tristeza), dolores abdominales, meteorismo, anemia por déficit de hierro resistentes a tratamiento. Sin embargo, tanto en el niño como en el adulto, los síntomas pueden ser atípicos o estar ausentes, dificultando el diagnóstico.

### Diagnóstico de la Enfermedad Celíaca

Mediante un examen clínico cuidadoso y una analítica de sangre, que incluya los marcadores serológicos de enfermedad celíaca (anticuerpos anti gliadina, anti endomisio y anti transglutaminasa tisular) se establece el diagnóstico de sospecha de la enfermedad. El conocimiento reciente de diferentes formas clínicas de enfermedad celíaca, ha venido



**Verónica Reolid Losa**

*Dietista-Nutricionista  
de la Asociación de Celíacos  
de Castilla-La Mancha*

a demostrar que no siempre se puede establecer un diagnóstico clínico o funcional de la enfermedad celíaca. Por ello, para el diagnóstico de certeza de la enfermedad celíaca es imprescindible realizar una biopsia intestinal. Para realizar esta prueba es necesario que no se haya retirado el gluten de la dieta.

### Tratamiento de la Enfermedad Celíaca

Su tratamiento único y exclusivo a día de hoy, consiste en el seguimiento de una dieta estricta sin gluten durante toda la vida. Esto conlleva una normalización clínica y funcional, así como la reparación de la lesión vellositaria. El celíaco debe basar su dieta en alimentos naturales: legumbres, carnes, pescados, huevos, frutas, verduras, hortalizas y cereales sin gluten: arroz, quinoa y maíz. La ingestión de pequeñas cantidades de gluten, de una manera continuada, puede causar trastornos importantes y no deseables.



**¡MATRICULA GRATUITA!**

Ofrecemos cursos de **larga duración e intensivos**

¡Te examinarás en el mismo centro en el que estudias!

Cursos ordinarios (6 meses)	B 1- 60€
TRINITY o CAMBRIDGE	B 2- 70€
4h/semana (2 días)	C 1- 80€

80 horas ¡consigue tu título oficial en solo 2 meses!	B 1- 270€
	B 2- 320€
	C 1- 370€

Pide información  
SIN COMPROMISO

926 700 067  
618 999 218

BK Learning Center

C/ Hervás y Buendía, 4  
(Cerca del Rectorado)

Cambridge ESOL  
Exam Preparation Centre

TRINITY  
COLLEGE LONDON